

УТВЕРЖДАЮ

Директор
Раковец Т. В.

" ____ " _____

Меню на 1 февраля 2024 г.
МБОУ СОШ №1 с.Князе-Волконское
КОМПЛЕКСНЫЕ БЛЮДА

Завтрак 10 день (Льготный 7-11) (157,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Макароны отварные с сыром	190	23,60р.	12,86	15,13	32,42	317,63
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Кофейный напиток с молоком	200	10,29р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		48,94р.	33,21	25,15	127,02	880,27

Завтрак 10 день (Общий 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Макароны отварные с сыром	200	23,74р.	12,86	11,48	47,98	347,32
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кофейный напиток с молоком	200	10,29р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Итого:		50,50р.	38,48	22,16	174,78	1065,83

Завтрак 10 день (Льготный 12-18) (178,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Хлеб пшеничный йодированный	50	3,55р.	13,17	1,67	80,50	389,67
Макароны отварные с сыром	200	23,75р.	12,86	11,48	47,98	347,32
Яйцо отварное	40	10,73р.	4,80	4,10	0,30	56,62
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Кофейный напиток с молоком	200	10,29р.	4,29	4,26	16,36	134,28
Итого:		50,51р.	38,48	22,16	174,78	1065,83

Обед 10 день (Льготный 7-11) (258,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	9,03р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Голубцы ленивые	150	39,94р.	10,38	12,73	8,82	191,35
Соус сметанный	30	3,77р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Рассольник "Ленинградский"	250	19,68р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Каша гречневая рассыпчатая	150	9,26р.	12,08	14,02	54,54	392,66
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	7,16р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		93,15р.	38,00	46,09	188,27	1321,19

Обед 10 день (Общий 7-11) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	6,66р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Соус сметанный	30	3,74р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Рассольник "Ленинградский"	250	19,72р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Голубцы ленивые	150	42,65р.	10,38	12,73	8,82	191,35
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,90р.	14,50	16,82	65,44	471,19
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Итого:		96,68р.	40,42	48,89	199,18	1399,72

Обед 10 день (Льготный 12-18) (291,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Салат "Полынский"	100	10,09р.	0,90	10,13	3,99	112,24
Голубцы ленивые	150	45,75р.	10,38	12,73	8,82	191,35
Каша гречневая рассыпчатая	180	10,90р.	10,49	7,09	47,44	295,52
Соус сметанный	30	3,74р.	0,39	1,88	1,65	24,90
Рассольник "Ленинградский"	250	19,66р.	2,32	5,39	16,97	125,62
Напиток из шиповника (ш. Восточное)	200	8,70р.	0,68	0,28	24,36	102,68
Хлеб пшеничный йодированный	30	2,13р.	7,90	1,00	48,30	233,80
Хлеб ржано-пшеничный	30	2,19р.	3,36	0,66	29,64	137,94
Итого:		103,16р.	36,41	39,16	181,17	1224,05

Полдник 10 день (ОВЗ 7-11) (117,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка с изюмом	100	15,33р.	9,37	10,34	52,21	336,63
Чай с лимоном и сахаром	200	3,31р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Итого:		18,64р.	9,90	10,34	62,09	378,59

Полдник 10 день (ОВЗ 12-18) (120,00 Р)

Блюдо	Порция	Цена	Белки	Жиры	Углеводы	Калории
Булочка с изюмом	100	15,32р.	9,37	10,34	52,21	336,63
Чай с лимоном и сахаром	200	3,30р.	0,53	0,00	9,88	41,96
Итого:		18,63р.	9,90	10,34	62,09	378,59

Повар _____

Кладовщик _____

Зав столовой _____